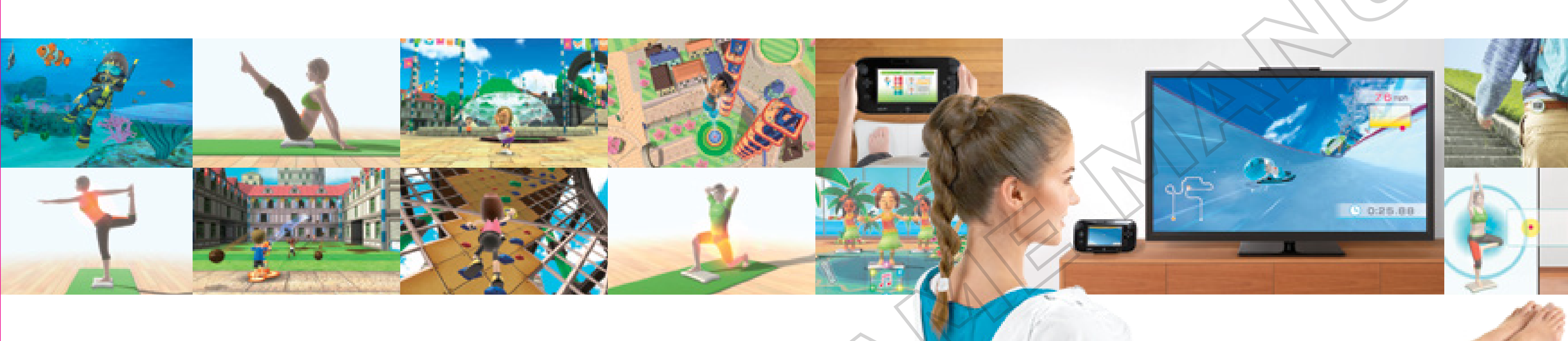
Wii Fit U™







Need help with installation, maintenance or service?

Nintendo Customer Service

SUPPORT.NINTENDO.COM

1-800-255-3700

Besoin d'aide pour l'installation, l'entretien ou la réparation?

Service à la clientèle de Nintendo

SUPPORT.NINTENDO.COM

1 800 255-3700

¿Necesitas ayuda de instalación, mantenimiento o servicio?

Servicio al cliente de Nintendo

SUPPORT.NINTENDO.COM

1-800-255-3700

Need help playing a game?

For game play assistance, we recommend using your favorite Internet search engine to find tips for the game you are playing. Some helpful words to include in the search, along with the game's title, are: "walk through," "FAQ," "codes," and "tips."

Besoin d'aide dans un jeu?

Nous vous suggérons d'utiliser votre moteur de recherche préféré pour trouver des astuces sur Internet. Essayez quelques-uns de ces mots clés dans votre recherche : « solution complète », « FAQ », « codes », « trucs » et « astuces ».

¿Necesitas ayuda con un juego?

Si necesitas ayuda para avanzar en los juegos, te recomendamos que uses el motor de búsqueda que prefieras para encontrar consejos para el juego. Algunas de las palabras que te ayudarán en tu búsqueda, además del título, son "instrucciones paso a paso", "preguntas frecuentes", "códigos" y "consejos".



The Official Seal is your assurance that this product is licensed or manufactured by Nintendo. Always look for this seal when buying video game systems, accessories, games and related products.

Ce sceau officiel est votre garantie que ce produit est agréé ou manufacturé par Nintendo. Recherchez-le toujours quand vous achetez des consoles de jeu vidéo, des jeux, des accessoires et d'autres produits apparentés.

El sello oficial es tu ratificación de que este producto está autorizado o ha sido fabricado por Nintendo. Busca siempre este sello al comprar sistemas de videojuegos, accesorios, juegos y otros productos relacionados.



NINTENDO OF AMERICA INC.
P.O. BOX 957, REDMOND, WA
98073-0957 U.S.A.





Product recycling information:
visit recycle.nintendo.com

Information sur le recyclage des produits :
Visitez recycle.nintendo.com

Información sobre reciclaje de productos:
Visita recycle.nintendo.com

www.nintendo.com

PRINTED IN USA

Wii Fit U™


INSTRUCTION BOOKLET **MODE D'EMPLOI** **MANUAL DE INSTRUCCIONES**

PRESS THE HOME BUTTON WHILE THE GAME IS RUNNING, THEN SELECT TO VIEW THE ELECTRONIC MANUAL.

PLEASE CAREFULLY READ THE Wii U™ OPERATIONS MANUAL COMPLETELY BEFORE USING YOUR Wii U HARDWARE SYSTEM, DISC OR ACCESSORY. THIS MANUAL CONTAINS IMPORTANT HEALTH AND SAFETY INFORMATION.

IMPORTANT SAFETY INFORMATION: READ THE FOLLOWING WARNINGS BEFORE YOU OR YOUR CHILD PLAY VIDEO GAMES.

⚠WARNING - SEIZURES

- Some people (about 1 in 4000) may have seizures or blackouts triggered by light flashes or patterns, and this may occur while they are watching TV or playing video games, even if they have never had a seizure before.
- Anyone who has had a seizure, loss of awareness, or other symptom linked to an epileptic condition should consult a doctor before playing a video game.
- Parents should watch their children play video games. Stop playing and consult a doctor if you or your child has any of the following symptoms:

Convulsions	Eye or muscle twitching	Altered vision
Loss of awareness	Involuntary movements	Disorientation

- To reduce the likelihood of a seizure when playing video games:
  1. Sit or stand as far from the screen as possible.
  2. Play video games on the smallest available television screen.
  3. Do not play if you are tired or need sleep.
  4. Play in a well-lit room.
  5. Take a 10 to 15 minute break every hour.

⚠WARNING - REPETITIVE MOTION INJURIES AND EYESTRAIN

Playing video games can make your muscles, joints, skin or eyes hurt. Follow these instructions to avoid problems such as tendinitis, carpal tunnel syndrome, skin irritation or eyestrain:

- Avoid excessive play. Parents should monitor their children for appropriate play.
- Take a 10 to 15 minute break every hour, even if you don't think you need it.
- If your hands, wrists, arms or eyes become tired or sore while playing, or if you feel symptoms such as tingling, numbness, burning or stiffness, stop and rest for several hours before playing again.
- If you continue to have any of the above symptoms or other discomfort during or after play, stop playing and see a doctor.

⚠CAUTION - MOTION SICKNESS

Playing video games can cause motion sickness in some players. If you or your child feel dizzy or nauseous when playing video games, stop playing and rest. Do not drive or engage in other demanding activity until you feel better.

WARRANTY & SERVICE INFORMATION

REV-R1

You may need only simple instructions to correct a problem with your product. Try our website at support.nintendo.com or call our Consumer Assistance Hotline at 1-800-255-3700, rather than going to your retailer. Hours of operation are 6 a.m. to 7 p.m., Pacific Time, Monday - Sunday (times subject to change). If the problem cannot be solved with the troubleshooting information available online or over the telephone, you will be offered express factory service through Nintendo. Please do not send any products to Nintendo without contacting us first.

HARDWARE WARRANTY

Nintendo of America Inc. ("Nintendo") warrants to the original purchaser that the hardware product shall be free from defects in material and workmanship for twelve (12) months from the date of purchase. If a defect covered by this warranty occurs during this warranty period, Nintendo will repair or replace the defective hardware product or component, free of charge.* The original purchaser is entitled to this warranty only if the date of purchase is registered at point of sale or the consumer can demonstrate, to Nintendo's satisfaction, that the product was purchased within the last 12 months.

GAME & ACCESSORY WARRANTY

Nintendo warrants to the original purchaser that the product (games and accessories) shall be free from defects in material and workmanship for a period of three (3) months from the date of purchase. If a defect covered by this warranty occurs during this three (3) month warranty period, Nintendo will repair or replace the defective product, free of charge.*

SERVICE AFTER EXPIRATION OF WARRANTY

Please try our website at support.nintendo.com or call the Consumer Assistance Hotline at 1-800-255-3700 for troubleshooting information and repair or replacement options and pricing.*

*In some instances, it may be necessary for you to ship the complete product, FREIGHT PREPAID AND INSURED FOR LOSS OR DAMAGE, to Nintendo. Please do not send any products to Nintendo without contacting us first.

WARRANTY LIMITATIONS

THIS WARRANTY SHALL NOT APPLY IF THIS PRODUCT: (a) IS USED WITH PRODUCTS NOT SOLD OR LICENSED BY NINTENDO (INCLUDING, BUT NOT LIMITED TO, NON-LICENSED GAME ENHANCEMENT AND COPIER DEVICES, ADAPTERS, SOFTWARE, AND POWER SUPPLIES); (b) IS USED FOR COMMERCIAL PURPOSES (INCLUDING RENTAL); (c) IS MODIFIED OR TAMPERED WITH; (d) IS DAMAGED BY NEGLIGENCE, ACCIDENT, UNREASONABLE USE, OR BY OTHER CAUSES UNRELATED TO DEFECTIVE MATERIALS OR WORKMANSHIP; OR (e) HAS HAD THE SERIAL NUMBER ALTERED, DEFACED OR REMOVED.

ANY APPLICABLE IMPLIED WARRANTIES, INCLUDING **WARRANTIES OF MERCHANTABILITY** AND FITNESS FOR A PARTICULAR PURPOSE, ARE HEREBY LIMITED IN DURATION TO THE WARRANTY PERIODS DESCRIBED ABOVE (12 MONTHS OR 3 MONTHS, AS APPLICABLE). IN NO EVENT SHALL NINTENDO BE LIABLE FOR CONSEQUENTIAL OR INCIDENTAL DAMAGES RESULTING FROM THE BREACH OF ANY IMPLIED OR EXPRESS WARRANTIES. SOME STATES DO NOT ALLOW LIMITATIONS ON HOW LONG AN IMPLIED WARRANTY LASTS OR EXCLUSION OF CONSEQUENTIAL OR INCIDENTAL DAMAGES, SO THE ABOVE LIMITATIONS MAY NOT APPLY TO YOU.

This warranty gives you specific legal rights. You may also have other rights which vary from state to state or province to province.

Nintendo's address is: Nintendo of America Inc., P.O. Box 957, Redmond, WA 98073-0957 U.S.A.

This warranty is only valid in the United States and Canada.

IMPORTANT LEGAL INFORMATION

REV-F

This game is not designed for use with any unauthorized device. Use of any such device will invalidate your Nintendo product warranty. Copying and/or distribution of any Nintendo game is illegal and is strictly prohibited by intellectual property laws.

Wii Fit U Activities

Each activity requires a certain set of controllers to play.

Wii Balance Board™ | Wii U™ GamePad | Wii Remote™ Plus | Wii Remote™ | Wii Remote™ + Nunchuk™

YOGA

You can use the camera on the GamePad to view your form as you play.

Activity	METs	Controllers
Deep Breathing	1.0 MET	Wii Balance Board
Warrior	2.0 METs	Wii Balance Board
Sun Salutation	2.0 METs	Wii Balance Board
Palm Tree	2.0 METs	Wii Balance Board
Triangle	2.5 METs	Wii Balance Board
Dance	2.0 METs	Wii Balance Board
Bridge	2.0 METs	
Shoulder Stand	2.5 METs	
Gate	2.5 METs	Wii Balance Board
Half-Moon	1.5 METs	Wii Balance Board
Tree	2.0 METs	Wii Balance Board
Standing Knee	2.0 METs	Wii Balance Board
Chair	2.0 METs	Wii Balance Board
Downward-Facing Dog	2.0 METs	Wii Balance Board
Cobra	2.0 METs	
Spinal Twist	1.5 METs	
Spine Extension	2.5 METs	Wii Balance Board
Grounded V	3.0 METs	Wii Balance Board

STRENGTH TRAINING

You can use the camera on the GamePad to view your form as you play.

Activity	METs	Controllers
Single-Leg Extension	3.0 METs	Wii Balance Board
Torso Twists	2.0 METs	Wii Balance Board
Lunge	3.0 METs	Wii Balance Board
Single-Leg Twist	3.0 METs	Wii Balance Board
Plank	2.5 METs	Wii Balance Board
Arm-and-Leg Lift	3.0 METs	Wii Remote
Balance Bridge	3.5 METs	Wii Balance Board
Single-Leg Reach	4.0 METs	Wii Balance Board
Jackknife Challenge	2.0 METs	Wii Balance Board
Push-Up and Side Plank	3.5 METs	Wii Balance Board
Jackknife	2.0 METs	Wii Balance Board
Rowing Squat	3.5 METs	Wii Balance Board
Sideways Leg Lift	2.5 METs	Wii Balance Board
Triceps Extension	1.5 METs	Wii Remote
Single-Arm Stand	5.5 METs	Wii Remote
Side Lunge	3.0 METs	Wii Balance Board
Push-Up Challenge	3.5 METs	Wii Balance Board
Plank Challenge	2.5 METs	Wii Balance Board

BALANCE GAMES

For Rhythm Kung Fu, you can substitute a a Wii Remote controller in place of a Nunchuk controller.

Activity	METs	Controllers
Soccer Heading	2.0 METs	Wii Balance Board
Trampoline Target	4.0 METs	Wii Balance Board
Rhythm Kung Fu	3.0 METs	Wii Remote Plus + Nunchuk, Wii Balance Board
Hosedown	3.0 METs	Wii U GamePad, Wii Balance Board
Dessert Course	3.0 METs	Wii U GamePad, Wii Balance Board
Obstacle Course	3.0 METs	Wii Balance Board
Tilt City	2.0 METs	Wii Remote, Wii Balance Board
Balance Bubble	1.5 METs	Wii Balance Board
Bird's-Eye Bull's-Eye	2.5 METs	Wii Balance Board
Ski Jump	2.0 METs	Wii Balance Board
Table Tilt	2.0 METs	Wii Balance Board
Ski Slalom	2.0 METs	Wii Balance Board
Perfect 10	2.5 METs	Wii Balance Board
Snowball Fight	2.0 METs	Wii Remote, Wii Balance Board
Ultimate Obstacle Course	3.5 METs	Wii Balance Board
Core Luge	2.5 METs	Wii Balance Board
Scuba Search	2.5 METs	Wii U GamePad, Wii Balance Board
Climbing	3.0 METs	Wii Remote Plus, Wii Balance Board

AEROBICS

For Rhythm Boxing and Free Boxing, you can substitute a Wii Remote in place of a Nunchuk.

Activity	METs	Controllers
Hula-Hoop®	4.0 METs	Wii Balance Board
Puzzle Squash	3.5 METs	Wii Remote Plus, Wii Balance Board
Advanced Step	3.5 METs	Wii Balance Board
Rhythm Boxing	3.5 METs	Wii Remote + Nunchuk, Wii Balance Board
Basic Run	5.0 METs	Wii Remote
Free Run	5.0 METs	Wii Remote
Island Cycling	2.5 METs	Wii Remote, Wii Balance Board
Driving Range	3.0 METs	Wii Remote, Wii Balance Board
Super Hula-Hoop®	4.0 METs	Wii Balance Board
Basic Step	3.0 METs	Wii Balance Board
Free Step	3.0 METs	Wii Balance Board
Free Boxing	3.5 METs	Wii Remote + Nunchuk, Wii Balance Board
2-P Run	5.0 METs	Wii Remote
Orienteering	2.5 METs	Wii U GamePad
Rowing	3.0 METs	Wii Remote Plus, Wii Balance Board

View your swing with the camera on the Wii U GamePad!

METs represent the intensity of an activity. (For example, sitting still takes 1.0 MET.) The number next to each activity denotes its intensity in terms of METs.

DANCE

You can use the camera on the [GamePad] to see yourself as you play!

Dance	METs	Dance	METs
Beginner Dance	2.5 METs	Hula	2.0 METs
Jazz	3.5 METs	Hip-Hop	4.5 METs
Locking	3.5 METs	Flamenco	4.0 METs
Salsa	3.5 METs	Burning Beats	3.5 METs

Transferring Save Data from Wii Fit or Wii Fit Plus

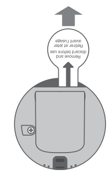
If you have already performed a Wii System Transfer, your Wii Fit data will have automatically been included and you will not need to perform the following actions.

Data can be transferred only when starting Wii Fit U for the first time. Once you have begun playing Wii Fit U, no other transfers of old data will be possible without deleting your Wii Fit U data.

1. On your Wii console, go to the Wii Menu → Wii Options → Data Management → Save Data → Wii, and then copy the save data for Wii Fit or Wii Fit Plus to an SD Card.
2. Insert the SD Card with your data in the Wii U console and start it.
3. From the Wii U Menu, go to Wii Menu, and then start Wii Fit or Wii Fit Plus and create some save data.
4. Return to the Wii Menu, then go to Wii Options → Save Data, erase the Wii Fit or Wii Fit Plus save data under Wii, and copy the save data from the SD Card to the Wii system memory.
5. From the Wii U Menu, start Wii Fit U to have the data automatically integrate.

Before Use of the Fit Meter

Remove and dispose of the plastic tab. This allows the battery to touch the battery contacts and turn the power on. The Fit Meter does not have a power switch.



Also, you will need to make a connection between the Fit Meter and Wii Fit U software to set the date and time and add a user profile. For details, see the Wii Fit U Electronic Manual.

Regulations for Equipment Use in U.S.A. and Canada

This device complies with Part 15 of the FCC rules and ICES-003 of Industry Canada. Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation. Changes or modifications not expressly approved by the manufacturer could void the user's authority to operate this device.

Wii BALANCE BOARD HEALTH AND SAFETY INFORMATION

To prevent injury and/or to prevent damage to the Wii Balance Board or surrounding objects, follow these guidelines during gameplay:

- Be aware of your balance so that you do not slip or fall from the board. Avoid more movement than is needed to operate the game you are playing.
- Do not wear shoes or socks while using the board. Playing barefoot should reduce the risk of slipping or falling. If your feet become damp during gameplay, stop and dry your feet and the board before continuing.
- No more than one person should use the board at a time.
- Make sure you have adequate space between you and any other objects or people during game play. Nintendo recommends at least 3 feet (1 meter).
- Avoid stepping or standing on the edges of the board.
- Always place the board on a flat, horizontal and stable surface. Do not use the board on slippery surfaces. If used on carpet, attach the Wii Balance Board foot extensions included with the Wii Balance board. (See page 10 for more information.)
- Do not use the Wii Balance Board if you are under the influence of alcohol or any other substance which could affect your sense of balance or perception and cause you to slip or fall.

IMPORTANT PRECAUTIONS WHEN USED BY CHILDREN:
An adult must explain all Health and Safety Information and usage guidelines and instructions to all children who are going to use the Wii Balance Board. Failure to do so may result in injuries or damage to the system or other property. Observe children during gameplay for proper and safe use of the board. An adult should assist young children when first playing to make sure they understand correct use.

⚠WARNING - Injury Due to Pre-existing Conditions

Gameplay with the Wii Balance Board may require varying amounts of physical activity. Consult a doctor before using the Wii Balance Board if:

- you are or may be pregnant,
- you have heart, respiratory, back, joint or other orthopedic conditions,
- you have high blood pressure,
- you have difficulty with physical exercise, or
- you have been instructed to restrict physical activity.

While using the Wii Balance Board, if you experience excessive fatigue, shortness of breath, chest tightness, dizziness, discomfort or pain, STOP USE IMMEDIATELY and consult a doctor.

POUR CONSULTER LE MODE D'EMPLOI ÉLECTRONIQUE, APPUYEZ SUR LE BOUTON HOME PENDANT QUE VOUS UTILISEZ LE JEU, PUIS SÉLECTIONNEZ ?.

VEUILLEZ LIRE ATTENTIVEMENT LE MODE D'EMPLOI DE LA Wii U™ AVANT D'UTILISER VOTRE CONSOLE, VOTRE DISQUE DE JEU OU VOS ACCESSOIRES Wii U. CE MODE D'EMPLOI CONTIENT DES INFORMATIONS IMPORTANTES SUR VOTRE SANTÉ ET VOTRE SÉCURITÉ.

INFORMATIONS IMPORTANTES SUR LA SÉCURITÉ : LISEZ LES AVERTISSEMENTS SUIVANTS AVANT QUE VOUS OU VOTRE ENFANT NE JOUIEZ À UN JEU VIDÉO.

⚠ AVERTISSEMENT – DANGER DE CRISE

- Même si elles n'ont jamais connu de tels problèmes auparavant, certaines personnes (environ 1 sur 4 000) peuvent être victimes d'une crise ou d'un évanouissement déclenché par des lumières ou motifs clignotants, et ceci peut se produire pendant qu'elles regardent la télévision ou s'amusent avec des jeux vidéo.
- Toute personne qui a été victime d'une telle crise, d'une perte de conscience ou de symptômes reliés à l'épilepsie doit consulter un médecin avant de jouer à des jeux vidéo.
- Les parents doivent surveiller leurs enfants pendant que ces derniers jouent avec des jeux vidéo. Arrêtez de jouer et consultez un médecin, si vous ou votre enfant présentez les symptômes suivants :

Convulsions	Tics oculaires ou musculaires	Perte de conscience
Problèmes de vision	Mouvements involontaires	Désorientation

- Pour diminuer les possibilités d'une crise pendant le jeu :
  1. Tenez-vous aussi loin que possible de l'écran.
  2. Jouez sur l'écran de télévision le plus petit disponible.
  3. Ne jouez pas si vous êtes fatigué ou avez besoin de sommeil.
  4. Jouez dans une pièce bien éclairée.
  5. Interrompez chaque heure de jeu par une pause de 10 à 15 minutes.

⚠ AVERTISSEMENT – BLESSURES DUES AUX MOUVEMENTS RÉPÉTITIFS ET FATIGUE OCULAIRE

Jouer à des jeux vidéo peut irriter les muscles, les poignets, la peau ou les yeux. Veuillez suivre les instructions suivantes afin d'éviter des problèmes tels que la tendinite, le syndrome du canal carpien, l'irritation de la peau ou la fatigue oculaire :

- Évitez les périodes de jeu trop longues. Les parents devront s'assurer que leurs enfants jouent pendant des périodes adéquates.
- Même si vous ne croyez pas en avoir besoin, faites une pause de 10 à 15 minutes après chaque heure de jeu.
- Si vous éprouvez de la fatigue ou de la douleur aux mains, aux poignets, aux bras ou aux yeux, ou si vous ressentez des symptômes tels que des fourmillements, engourdissements, brûlures oucourbatures, cessez de jouer et reposez-vous pendant plusieurs heures avant de jouer de nouveau.
- Si vous ressentez l'un des symptômes mentionnés ci-dessus ou tout autre malaise pendant que vous jouez ou après avoir joué, cessez de jouer et consultez un médecin.

⚠ ATTENTION – NAUSÉE

Jouer à des jeux vidéo peut causer étourdissement et nausée. Si vous ou votre enfant vous sentez étourdi ou nauséeux pendant le jeu, cessez de jouer immédiatement et reposez-vous. Ne conduisez pas et n'entreprenez pas d'autres activités exigeantes avant de vous sentir mieux.

RENSEIGNEMENTS SUR L'ENTRETIEN ET LA GARANTIE

REV-R1

Certains problèmes pourraient être facilement résolus à l'aide de quelques instructions simples. Avant de retourner chez votre détaillant, visitez notre site Internet à support.nintendo.com, ou appelez le service à la clientèle au 1 800 255-3700. Nos heures d'ouverture sont de 6 h à 19 h, heure du Pacifique, du lundi au dimanche (heures sujettes à changement). Si le problème ne peut pas être résolu en consultant le soutien technique en ligne ou au téléphone, Nintendo vous offrira un service de réparation express. Veuillez nous contacter avant d'expédier tout produit chez Nintendo.

GARANTIE SUR LES APPAREILS

Nintendo of America Inc. (« Nintendo ») garantit à l'acheteur original que l'appareil ne connaîtra aucun défaut de matériel ou de main-d'œuvre pour une période de douze (12) mois suivant la date d'achat. Si un tel défaut couvert par la présente garantie se produit durant cette période, Nintendo réparera ou remplacera sans frais le produit défectueux.* L'acheteur original sera couvert par cette garantie seulement si la date d'achat est enregistrée à un point de vente ou si le client peut démontrer, à la satisfaction de Nintendo, que le produit a été acheté au cours des 12 derniers mois.

GARANTIE SUR LES JEUX ET ACCESSOIRES

Nintendo garantit à l'acheteur original que le produit (jeu ou accessoire) ne connaîtra aucun défaut de matériel ou de main-d'œuvre pour une période de trois (3) mois suivant sa date d'achat. Si un tel défaut couvert par la présente garantie se produit durant cette période de trois (3) mois, Nintendo réparera ou remplacera sans frais le produit défectueux.*

ENTRETIEN APRÈS ÉCHÉANCE DE LA GARANTIE

Veuillez visiter notre site Internet à support.nintendo.com ou appeler le service à la clientèle au 1 800 255-3700 pour des informations sur le dépannage et la réparation, ou pour les options de remplacement ainsi que leurs prix.*

*Dans certains cas, il peut s'avérer nécessaire d'expédier le produit chez Nintendo. LES FRAIS DE TRANSPORT DOIVENT ÊTRE PAYÉS ET LE PRODUIT DOIT ÊTRE ASSURÉ CONTRE LES DOMMAGES ET LES PERTES. Veuillez nous contacter avant d'expédier tout produit chez Nintendo.

LIMITES DE LA GARANTIE

LA PRÉSENTE GARANTIE SERA NULLE SI LE PRODUIT : (a) EST UTILISÉ AVEC D'AUTRES PRODUITS QUI NE SONT NI VENDUS, NI SOUS LICENCE DE NINTENDO (Y COMPRIS, MAIS SANS S'Y LIMITER, LES APPAREILS D'AMÉLIORATION ET DE COPIE DE JEUX, LES ADAPTATEURS, LES LOGICIELS ET LES BLOCS D'ALIMENTATION NON AUTORISÉS); (b) EST UTILISÉ À DES FINS COMMERCIALES (Y COMPRIS LA LOCATION); (c) A ÉTÉ MODIFIÉ OU ALTÉRÉ; (d) A ÉTÉ ENDOMMAGÉ PAR CAUSE DE NÉGLIGENCE, D'ACCIDENT, D'UTILISATION ABUSIVE OU TOUTE AUTRE CAUSE QUI NE SERAIT PAS RELIÉE À DU MATÉRIEL DÉFECTUEUX OU À LA MAIN-D'ŒUVRE; OU (e) SON NUMÉRO DE SÉRIE A ÉTÉ MODIFIÉ, EFFACÉ OU RENDU ILLISIBLE.

TOUTES LES GARANTIES IMPLICITES, Y COMPRIS **LES GARANTIES DE QUALITÉ MARCHANDE** ET D'ADÉQUATION À UN USAGE PARTICULIER, SONT LIMITÉES AUX PÉRIODES DE GARANTIE DÉCRITES CI-DESSUS (12 MOIS OU 3 MOIS, SELON LE CAS). NINTENDO NE SERA EN AUCUN CAS TENU RESPONSABLE DES DOMMAGES ACCIDENTELS OU INDIRECTS RÉSULTANT D'UNE INFRACTION À TOUTE STIPULATION EXPLICITE OU IMPLICITE DES GARANTIES. CERTAINS ÉTATS OU PROVINCES NE PERMETTENT PAS LA LIMITATION DE LA DURÉE D'UNE GARANTIE IMPLICITE, NI L'EXCLUSION DES DOMMAGES ACCIDENTELS OU INDIRECTS. DANS UN TEL CAS, LES LIMITES ET EXCLUSIONS MENTIONNÉES CI-DESSUS NE S'APPLIQUENT PAS.

La présente garantie vous donne des droits légaux spécifiques. Vous pourriez également posséder d'autres droits qui varient d'un État ou d'une province à l'autre.

L'adresse de Nintendo est : Nintendo of America Inc., P.O. Box 957, Redmond, WA 98073-0957 U.S.A.

La présente garantie n'est valide qu'aux États-Unis et au Canada.

INFORMATIONS LÉGALES IMPORTANTES

REV-F

Ce jeu n'est pas conçu pour être utilisé avec un appareil non agréé. L'utilisation d'un tel appareil invalidera votre garantie Nintendo. Copier et/ou distribuer un jeu Nintendo est illégal et strictement interdit par les lois régissant la propriété intellectuelle.

Activités Wii Fit U

Chaque activité requiert un certain nombre d'accessoires pour jouer.

Wii Balance Board™ · Wii U™ GamePad · Wii Remote™ Plus · Wii Remote™ · Wii Remote™ + Nunchuk™

YOGA

Vous pouvez utiliser l'appareil photo du [Wii U GamePad] pour voir les mouvements que vous faites lorsque vous jouez.

Activité	METs	Accessoires
Respiration abdominale	1,0 MET	Wii Balance Board
Posture du guerrier	2,0 METs	Wii Balance Board
Le grand étirement	2,0 METs	Wii Balance Board
Posture de l'envol	2,0 METs	Wii Balance Board
Posture du triangle	2,5 METs	Wii Balance Board
Danse	2,0 METs	Wii Balance Board
Bridge	2,0 METs	
La chandelle	2,5 METs	
Posture de la charnière	2,5 METs	Wii Balance Board
Posture de la demi-lune	1,5 METs	Wii Balance Board
Posture de l'arbre	2,0 METs	Wii Balance Board
Posture du dieu du vent	2,0 METs	Wii Balance Board
Posture de la chaise	2,0 METs	Wii Balance Board
Posture du chien	2,0 METs	Wii Balance Board
Posture du cobra	2,0 METs	Wii Balance Board
La torsion du crocodile	1,5 METs	
Étirement de la colonne	2,5 METs	Wii Balance Board
Demi-bateau appuyé	3,0 METs	Wii Balance Board

ENTR. MUSCULAIRE

Vous pouvez utiliser l'appareil photo du [Wii U GamePad] pour voir les mouvements que vous faites lorsque vous jouez.

Activité	METs	Accessoires
Étirements	3,0 METs	Wii Balance Board
Torsions	2,0 METs	Wii Balance Board
Développé	3,0 METs	Wii Balance Board
Étirements croisés	3,0 METs	Wii Balance Board
Gainage	2,5 METs	Wii Balance Board
Étirements horizontaux	3,0 METs	Wii Remote
Pont en équilibre	3,5 METs	Wii Balance Board
Extensions arrière	4,0 METs	Wii Balance Board
Défi - abdominaux	2,0 METs	Wii Balance Board
Équilibre latéral	3,5 METs	Wii Balance Board
Abdominaux	2,0 METs	Wii Balance Board
Flexions	3,5 METs	Wii Balance Board
Étirements latéraux	2,5 METs	Wii Balance Board
Travail des triceps	1,5 METs	Wii Remote
Relevé	5,5 METs	Wii Remote
Fente latérale	3,0 METs	Wii Balance Board
Défi - pompes	3,5 METs	Wii Balance Board
Défi - gainage	2,5 METs	Wii Balance Board



JEUX D'ÉQUILIBRE

Pour Kung-fu en cadence, vous pouvez remplacer une manette Wii Remote par un Nunchuk.

Activité	METs	Accessoires
Reprise de la tête	2,0 METs	Wii Balance Board
Trampoline extrême	4,0 METs	Wii Balance Board
Kung-fu en cadence	3,0 METs	Wii Remote Plus + Nunchuk, Wii Balance Board
Nettoyage de printemps	3,0 METs	Wii U GamePad, Wii Balance Board
As du plateau	3,0 METs	Wii U GamePad, Wii Balance Board
Parcours aérien	3,0 METs	Wii Balance Board
Tilt City	2,0 METs	Wii Remote, Wii Balance Board
Boules maboules	1,5 METs	Wii Balance Board
À vol de poule	2,5 METs	Wii Balance Board
Saut à ski	2,0 METs	Wii Balance Board
Jeu de billes	2,0 METs	Wii Balance Board
Ski	2,0 METs	Wii Balance Board
A-dix-tion	2,5 METs	Wii Balance Board
Blitz de boules de neige	2,0 METs	Wii Remote, Wii Balance Board
Super parcours aérien	3,5 METs	Wii Balance Board
Descente en luge	2,5 METs	Wii Balance Board
Merveilles sous-marines	2,5 METs	Wii U GamePad, Wii Balance Board
Escalade	3,0 METs	Wii Remote Plus (1, 2), Wii Balance Board



AÉROBIQUE

Pour Kung-fu en cadence et Boxe libre, vous pouvez remplacer une manette Wii Remote par un Nunchuk.

Activité	METs	Accessoires
Hula-Hoop®	4,0 METs	Wii Balance Board
Squash tactique	3,5 METs	Wii Remote Plus, Wii Balance Board
Step avancé	3,5 METs	Wii Balance Board
Boxe en rythme	3,5 METs	Wii Remote + Nunchuk, Wii Balance Board
Jogging	5,0 METs	Wii Remote
Jogging libre	5,0 METs	Wii Remote
Vélo vacances	2,5 METs	Wii Remote, Wii Balance Board
Sur le vert	3,0 METs	Wii Remote, Wii Balance Board
Super Hula-Hoop®	4,0 METs	Wii Balance Board
Exercice de step	3,0 METs	Wii Balance Board
Step libre	3,0 METs	Wii Balance Board
Boxe libre	3,5 METs	Wii Remote + Nunchuk, Wii Balance Board
Jogging à deux	5,0 METs	Wii Remote (2)
Chasse aux Mii	2,5 METs	Wii U GamePad
Régate en rythme	3,0 METs	Wii Remote Plus (1, 2), Wii Balance Board

Voir votre élan avec l'appareil photo sur le Wii U GamePad!

Le MET est une méthode permettant de mesurer l'intensité d'une activité physique. (Par exemple, s'asseoir prend 1,0 MET). Le nombre à côté de chaque activité indique son intensité en terme de METs.

DANSE

Vous pouvez utiliser l'appareil photo du pour vous voir lorsque vous jouez.

Activité	METs	Activité	METs
Danse pour débutants	2,5 METs	Hula	2,0 METs
Jazz	3,5 METs	Hip-hop	4,5 METs
Locking	3,5 METs	Flamenco	4,0 METs
Salsa	3,5 METs	Brûle-calories	3,5 METs

Transférer des données de sauvegarde de Wii Fit ou Wii Fit Plus

Si vous avez déjà effectué le transfert de la console Wii, vos données de sauvegarde Wii Fit ont déjà été transférées automatiquement et vous n'aurez pas besoin d'effectuer les opérations suivantes.

Les données ne peuvent être transférées que lorsque vous jouerez à Wii Fit U pour la première fois. Par la suite, aucun autre transfert des anciennes données ne sera possible sans effacer vos données Wii Fit U.

1. Sur votre console Wii, allez dans le menu Wii → Options Wii → Gestions des données → Enregistrer les données → Wii , et copier les données de sauvegarde de Wii Fit ou Wii Fit Plus sur une carte SD.
2. Insérez la carte SD contenant vos données dans la console Wii U et démarrez-la.
3. À partir du menu Wii U , allez dans menu Wii , puis démarrez le jeu Wii Fit ou Wii Fit Plus et créez des données de sauvegarde.
4. Retournez au menu Wii , et sélectionnez options Wii → Données de sauvegarde , puis effacez les données de sauvegarde de Wii Fit ou de Wii Fit Plus, et transférez les données de la carte SD sur la mémoire de la console Wii.
5. À partir du menu Wii U , démarrez Wii Fit U pour que les données de sauvegarde soient automatiquement intégrées.

Avant d'utiliser le Fit Meter

Retirez et jetez la languette de plastique. Cela permet à la pile de toucher aux contacts de la pile et de mettre en marche le Fit Meter. Le Fit Meter ne possède pas d'interrupteur.

Vous devrez également connecter le Fit Meter au logiciel Wii Fit U pour régler la date et l'heure, et créer un profil. Pour plus de détails, veuillez consulter le mode d'emploi électronique de Wii Fit U.

La présente garantie n'est valide qu'aux États-Unis et au Canada.

Règlements concernant l'utilisation de l'équipement aux É.-U. et au Canada Le présent mécanisme respecte l'article 15 des règlements de la FCC et ICES-003 d'Industrie Canada. Son utilisation est sujette aux deux conditions suivantes : (1) Ce mécanisme ne doit pas causer d'interférence nuisible, et (2) ce mécanisme doit accepter toute interférence extérieure, y compris celle pouvant entraîner un mauvais fonctionnement. Tout changement ou modification non approuvé expressément par le manufacturier pourrait annuler le droit de l'usager à utiliser le présent mécanisme.

INFORMATION SUR LA SANTÉ ET LA SÉCURITÉ

Pour éviter de vous blesser et/ou d'endommager la Wii Balance Board ou les objets aux alentours, veuillez suivre ces directives pendant vos parties :

- Soyez toujours conscient de votre équilibre afin de ne pas glisser ou tomber de la Wii Balance Board. Évitez de bouger plus que le nécessaire pour jouer au jeu.
- Ne portez pas de chaussures ou de chaussettes lors de l'utilisation de la Wii Balance Board. Avoir les pieds nus réduit les risques de glisser ou de tomber. Si vos pieds deviennent humides pendant une partie, arrêtez de jouer et essuyez vos pieds et la Wii Balance Board avant de continuer.
- Une seule personne à la fois devrait utiliser la Wii Balance Board.
- Assurez-vous d'avoir assez d'espace entre vous et les autres objets ou personnes pendant une partie. Nintendo recommande une distance minimale de 3 pieds (1 mètre).
- Évitez de poser le pied ou de vous tenir sur les rebords de la Wii Balance Board.
- Placez toujours la Wii Balance Board sur une surface plane, horizontale et stable. N'utilisez pas la Wii Balance Board sur des surfaces glissantes. Si vous l'utilisez sur des tapis épais, utilisez les rehausseurs Wii Balance Board inclus avec la Wii Balance Board. (Voir la page 10 pour plus d'informations.)
- N'utilisez pas la Wii Balance Board si vous êtes sous l'influence de l'alcool ou d'autres substances, ce qui pourrait influencer votre sens d'équilibre ou de perception et ainsi vous faire glisser ou tomber.

IMPORTANTES PRÉCAUTIONS À PRENDRE LORSQUE DES ENFANTS L'UTILISENT :

Un adulte doit expliquer toute l'information sur la santé et la sécurité et les directives et instructions sur l'utilisation à tous les enfants qui utiliseront la Wii Balance Board. Négliger de le faire pourrait provoquer des blessures ou endommager le système ou autre propriété. Observez les enfants pendant leurs parties pour une utilisation sécuritaire et adéquate. Un adulte devrait aider les jeunes enfants quand ils jouent pour la première fois pour s'assurer qu'ils comprennent bien comment l'utiliser correctement.

⚠ AVERTISSEMENT - Blessures causées par des problèmes préexistants

L'utilisation du Fit Meter pourrait nécessiter un nombre varié d'activités physiques.Consultez un médecin avant d'utiliser la Wii Balance Board si :

- vous êtes ou pourriez être enceinte,
- vous avez des problèmes respiratoires, des problèmes cardiaques, de dos, d'articulations ou d'autres problèmes orthopédiques,
- vous souffrez d'hypertension artérielle,
- vous avez de la difficulté à faire des exercices physiques,
- on vous a conseillé de limiter vos exercices physiques.

Si vous éprouvez une fatigue extrême, des difficultés respiratoires, des serrements à la poitrine, des étourdissements, un malaise ou de la douleur, ARRÊTEZ IMMÉDIATEMENT L'UTILISATION du Fit Meter et consultez un médecin.

INFORMACIÓN DE GARANTÍA Y SERVICIO DE REPARACIÓN

REV-R1

Es posible que para arreglar un problema con tu producto solo necesites instrucciones sencillas. En lugar de regresar a la tienda, visita nuestra página web support.nintendo.com o llama a nuestro número de servicio al cliente 1-800-255-3700. Este número está disponible de lunes a domingo, de 6:00 a.m. a 7:00 p.m., horario del Pacífico (el horario puede cambiar). Si el problema no se puede resolver con la información de localización de averías disponible por internet o teléfono, se te ofrecerá servicio rápido de fábrica a través de Nintendo. Por favor, no envíes ningún producto a Nintendo sin comunicarte primero con nosotros.

GARANTÍA DE LA CONSOLA (HARDWARE)

Nintendo of America Inc. ("Nintendo") garantiza al comprador original que la consola estará libre de defectos de material y fabricación por un período de doce (12) meses desde la fecha de compra. Si durante este período de garantía ocurre un defecto cubierto bajo esta garantía, Nintendo reparará o reemplazará la consola o componente defectuoso sin ningún costo.* El comprador original tiene derecho a esta garantía solamente si la fecha de compra se registra al momento de la venta o si el consumidor puede demostrar, a la satisfacción de Nintendo, que el producto fue comprado dentro de los últimos 12 meses.

GARANTÍA DE JUEGOS Y ACCESORIOS

Nintendo garantiza al comprador original que el producto (juegos y accesorios) estará libre de defectos de material y fabricación por un período de tres (3) meses desde la fecha de compra. Si un defecto cubierto bajo esta garantía ocurre durante este período de tres (3) meses de garantía, Nintendo reparará o reemplazará el producto defectuoso sin ningún costo.*

SERVICIO DESPUÉS DEL VENCIMIENTO DE LA GARANTÍA

Por favor, visita nuestra página web support.nintendo.com o llama a nuestro número de servicio al cliente 1-800-255-3700 para obtener información sobre la solución de problemas o reparación, o para recibir opciones de reemplazo y costos.*

*En ciertos casos, puede ser necesario que nos envíes el producto completo, CON ENVÍO PREPAGADO Y ASEGURADO CONTRA PÉRDIDA O DAÑOS. Por favor, no envíes ningún producto a Nintendo sin comunicarte primero con nosotros.

LIMITACIONES DE LA GARANTÍA

ESTA GARANTÍA NO SE APLICARÁ SI ESTE PRODUCTO: (A) SE UTILIZA CON PRODUCTOS QUE NO HAYAN SIDO VENDIDOS NI ESTÉN AUTORIZADOS POR NINTENDO (INCLUYENDO, PERO SIN ESTAR LIMITADO A, APARATOS PARA AUMENTAR O COPIAR LOS JUEGOS, ADAPTADORES, PROGRAMAS Y FUENTES DE ENERGÍA ELÉCTRICA); (B) SE UTILIZA CON PROPÓSITOS COMERCIALES (INCLUYENDO ALQUILERES); (C) ES MODIFICADO O FORZADO; (D) SE DAÑA POR DESCUIDO, ACCIDENTE, USO IRRAZONABLE O POR OTRAS CAUSAS NO RELACIONADAS CON MATERIALES DEFECTUOSOS O FABRICACIÓN; O (E) TIENE EL NÚMERO DE SERIE ALTERADO, BORRADO O ELIMINADO.

CUALQUIERA DE LAS GARANTÍAS IMPLÍCITAS APLICABLES (INCLUYENDO **LAS GARANTÍAS DE COMERCIABILIDAD** Y LA CONVENIENCIA PARA UN OBJETIVO CONCRETO) ESTÁN POR ESTE MEDIO LIMITADAS EN DURACIÓN A LOS PERÍODOS DE GARANTÍA DESCRITOS ANTERIORMENTE (12 MESES O 3 MESES, SEGÚN APLIQUE). NINTENDO NO SERÁ RESPONSABLE EN NINGUNA OCASIÓN DE DAÑOS CONSECUENTES O INCIDENTALES DEBIDO AL INCUMPLIMIENTO DE GARANTÍAS IMPLÍCITAS O EXPLÍCITAS. ALGUNOS ESTADOS NO PERMITEN LIMITACIONES ACERCA DE CUÁNTO DURA UNA GARANTÍA IMPLÍCITA, O LA EXCLUSIÓN DE DAÑOS CONSECUENTES O INCIDENTALES, POR LO TANTO, ES POSIBLE QUE LAS LIMITACIONES ANTES CITADAS NO TE SEAN APLICABLES.

Esta garantía te da derechos legales específicos. También puedes tener otros derechos, los cuales pueden variar de un estado a otro o de una provincia a otra.

La dirección de Nintendo es: Nintendo of America Inc., P.O. Box 957, Redmond, WA, 98073-0957, U.S.A.

Esta garantía es válida solamente en los Estados Unidos y Canadá.

INFORMACIÓN LEGAL IMPORTANTE

REV-G

Este juego no ha sido diseñado para utilizarse con aparatos no autorizados. El uso de dichos aparatos cancelará la garantía de tu producto Nintendo. La duplicación y/o la distribución de cualquier juego de Nintendo es ilegal y está terminantemente prohibida por las leyes de propiedad intelectual.

PARA CONSULTAR EL MANUAL ELECTRÓNICO, OPRIME EL BOTÓN HOME MIENTRAS USES ESTE PROGRAMA Y LUEGO ELIGE ?.

LEE CUIDADOSAMENTE TODO EL MANUAL DE INSTRUCCIONES DE LA CONSOLA Wii U ANTES DE USAR LA CONSOLA, UN DISCO DE Wii U O UN ACCESORIO. EL MANUAL CONTIENE INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE SALUD Y SEGURIDAD.

INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE SEGURIDAD: LEE LAS SIGUIENTES ADVERTENCIAS ANTES DE QUE TÚ O TUS HIJOS JUEGUEN VIDEOJUEGOS.

⚠ ADVERTENCIA – ATAQUES

- Algunas personas (aproximadamente 1 de cada 4000) pueden tener ataques o desmayos a causa de destellos o patrones de luz, y esto puede suceder cuando ven televisión o juegan videojuegos, aunque no hayan tenido un ataque previamente.
- Cualquier persona que haya tenido un ataque, pérdida de conocimiento u otro síntoma asociado a una condición epiléptica debe consultar con un médico antes de jugar videojuegos.
- Los padres deben observar a sus hijos cuando estos jueguen videojuegos. Deja de jugar y consulta con un médico si tú o tus hijos tienen alguno de los siguientes síntomas:

Convulsiones	Contorsión de ojos o músculos	Pérdida de consciencia
Alteración en la visión	Movimientos involuntarios	Desorientación

- Para evitar la posibilidad de un ataque mientras juegas videojuegos:
  1. Colócate lo más lejos posible de la pantalla.
  2. Juega videojuegos en la pantalla más pequeña que tengas disponible.
  3. No juegues si sientes cansancio o necesitas dormir.
  4. Juega en una habitación bien iluminada.
  5. Descansa de 10 a 15 minutos por cada hora de juego.

⚠ ADVERTENCIA – LESIONES POR MOVIMIENTO REPETITIVO Y FATIGA OCULAR

Jugar videojuegos puede causarte dolor en los músculos, articulaciones, piel u ojos. Sigue estas instrucciones para evitar problemas como tendinitis, síndrome del túnel carpiano, irritación de la piel o fatiga ocular:

- Evita el juego excesivo. Los padres deben asegurarse de que sus hijos jueguen de manera apropiada.
- Descansa de 10 a 15 minutos por cada hora de juego, aun cuando pienses que no sea necesario.
- Si al jugar sientes cansancio en las manos, muñecas, ojos o brazos, o si tienes síntomas como hormigueo, adormecimiento, irritación o tensión, deja de jugar y descansa durante varias horas antes de empezar de nuevo.
- Si continúas teniendo alguno de estos síntomas o si sientes otro malestar después de jugar o mientras juegas, deja de jugar y consulta con un médico.

⚠ ATENCIÓN – MAREOS

Jugar videojuegos puede causar mareos en algunos jugadores. Si tú o tus hijos se sienten mareados o con náuseas al jugar videojuegos, dejen de jugar y descansen. No manejes ni realices otra actividad exigente sentirse mejor.

Actividades de Wii Fit U

Cada actividad requiere el uso de una combinación de controles en particular.

Wii Balance Board™ · Wii U™ GamePad · Wii Remote™ Plus · Wii Remote™ · Wii Remote™ + Nunchuk™

YOGA

Puedes usar la cámara de (Wii U GamePad) para comprobar y corregir tus movimientos.

Actividad	MET	Controles
Respiración profunda	1.0 MET	Wii Balance Board
El guerrero	2.0 MET	Wii Balance Board
El saludo al sol	2.0 MET	Wii Balance Board
La palmera	2.0 MET	Wii Balance Board
El triángulo	2.5 MET	Wii Balance Board
El rey de la danza	2.0 MET	Wii Balance Board
El puente	2.0 MET	
La vela	2.5 MET	
El portón	2.5 MET	Wii Balance Board
La media luna	1.5 MET	Wii Balance Board
El árbol	2.0 MET	Wii Balance Board
Rodilla alzada	2.0 MET	Wii Balance Board
La silla	2.0 MET	Wii Balance Board
El perro hacia abajo	2.0 MET	Wii Balance Board
La cobra	2.0 MET	
La torsión del gato	1.5 MET	
Estiramiento dorsal	2.5 MET	Wii Balance Board
El barco sostenido	3.0 MET	Wii Balance Board

TONIFICACIÓN

Puedes usar la cámara de (Wii U GamePad) para comprobar y corregir tus movimientos.

Actividad	MET	Controles
Equilibrio sobre una pierna	3.0 MET	Wii Balance Board
Torsiones laterales	2.0 MET	Wii Balance Board
Zancada frontal	3.0 MET	Wii Balance Board
Péndulo frontal	3.0 MET	Wii Balance Board
La tabla	2.5 MET	Wii Balance Board
Extensión lateral	3.0 MET	Wii Remote
Puente equilibrado	3.5 MET	Wii Balance Board
Equilibrio horizontal	4.0 MET	Wii Balance Board
Reto de la navaja	2.0 MET	Wii Balance Board
Flexiones y torsiones	3.5 MET	Wii Balance Board
La navaja	2.0 MET	Wii Balance Board
Remo vertical	3.5 MET	Wii Balance Board
Péndulo lateral	2.5 MET	Wii Balance Board
Press francés	1.5 MET	Wii Remote
Arriba y abajo	5.5 MET	Wii Remote
Zancada lateral	3.0 MET	Wii Balance Board
Reto de flexiones	3.5 MET	Wii Balance Board
Reto de la tabla	2.5 MET	Wii Balance Board



EQUILIBRIO

En Kung-fu rítmico sustituir el control Nunchuk por un control Wii Remote.

Actividad	MET	Controles
Cabeceos	2.0 MET	Wii Balance Board
Cama elástica	4.0 MET	Wii Balance Board
Kung-fu rítmico	3.0 MET	Wii Remote Plus + Nunchuk, Wii Balance Board
A manguerazo limpio	3.0 MET	Wii U GamePad, Wii Balance Board
Dulce entrega	3.0 MET	Wii U GamePad, Wii Balance Board
Carrera de obstáculos	3.0 MET	Wii Balance Board
Ciudad Vaivén	2.0 MET	Wii Remote, Wii Balance Board
Río abajo	1.5 MET	Wii Balance Board
Aterriza en el blanco	2.5 MET	Wii Balance Board
Salto de esquí	2.0 MET	Wii Balance Board
Plataformas	2.0 MET	Wii Balance Board
Eslalon de esquí	2.0 MET	Wii Balance Board
Consigue un 10	2.5 MET	Wii Balance Board
Bolas de nieve	2.0 MET	Wii Remote, Wii Balance Board
Carrera de obstáculos U	3.5 MET	Wii Balance Board
Luge	2.5 MET	Wii Balance Board
Búsqueda submarina	2.5 MET	Wii U GamePad, Wii Balance Board
Escalada	3.0 MET	Wii Remote Plus (x2), Wii Balance Board



AERÓBICOS

En Boxeo rítmico puedes optar por usar un Nunchuk en lugar de un Wii Remote.

Actividad	MET	Controles
Hula-Hoop®	4.0 MET	Wii Balance Board
Panelsquash	3.5 MET	Wii Remote Plus, Wii Balance Board
Step avanzado	3.5 MET	Wii Balance Board
Boxeo rítmico	3.5 MET	Wii Remote + Nunchuk, Wii Balance Board
Footing	5.0 MET	Wii Remote
Footing libre	5.0 MET	Wii Remote
Paseo en bicicleta	2.5 MET	Wii Remote, Wii Balance Board
Práctica de golf	3.0 MET	Wii Remote, Wii Balance Board
Super Hula-Hoop®	4.0 MET	Wii Balance Board
Steps	3.0 MET	Wii Balance Board
Steps libres	3.0 MET	Wii Balance Board
Boxeo libre	3.5 MET	Wii Remote + Nunchuk, Wii Balance Board
Footing para dos	5.0 MET	Wii Remote (x2)
Oriéntate	2.5 MET	Wii U GamePad
Regata de remo	3.0 MET	Wii Remote Plus, Wii Balance Board

¡Evalua la técnica de tu swing con la cámara del Wii U GamePad!

Los MET representan la intensidad de una actividad. (Por ejemplo, estar sentado equivale a 1.0 MET). El número junto a cada actividad denota su intensidad en términos de MET.

BAILE

Puedes usar la cámara de [GamePad] para comprobar tus movimientos mientras juegas.

Ejercicio	MET	Ejercicio	MET
Baile para principiantes	2.5 MET	Hula	2.0 MET
Jazz	3.5 MET	Hip-Hop	4.5 MET
Locking	3.5 MET	Flamenco	4.0 MET
Salsa	3.5 MET	Baile Quemacalorías	3.5 MET

Cómo transferir datos de guardado de Wii Fit o Wii Fit Plus

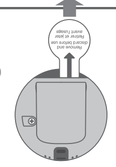
Si ya realizaste la Transferencia de datos de Wii, tus datos de Wii Fit se incluirán de forma automática y no necesitarás realizar las siguientes acciones.

Los datos solo pueden transferirse la primera vez que uses Wii Fit U. Una vez que hayas comenzado a jugar Wii Fit U, no será posible realizar transferencias de datos de programas anteriores sin borrar tus datos de Wii Fit U.

1. En tu consola Wii, ve al menú de Wii → Opciones de Wii → Gestión de datos → Datos guardados → Wii , y copia los datos de guardado de Wii Fit o Wii Fit Plus a una tarjeta SD.
2. Inserta la tarjeta SD con tus datos en la consola Wii U y enciéndela.
3. Desde el menú de Wii U , go to menú de Wii , e inicia Wii Fit o Wii Fit Plus y crea nuevos datos de guardado.
4. Vuelve al menú de Wii , luego ve a Opciones de Wii → Datos guardados , borra los datos de guardado existentes de Wii Fit o Wii Fit Plus y copia los datos de guardado de la tarjeta SD a la consola Wii U.
5. Desde el menú de Wii U , inicia Wii Fit U y los datos se integrarán de forma automática.

Antes de usar el accesorio Fit Meter

Retira la etiqueta de plástico y deséchala. Esto permitirá que la pila entre en contacto con los terminales, lo que encenderá el dispositivo. El Fit Meter no cuenta con un botón de encendido.



Debes conectar el Fit Meter con Wii Fit U para ajustar la fecha y hora, así como para añadir un perfil de usuario. Para obtener más información, consulta el manual electrónico de Wii Fit U.

Regulaciones sobre el uso del equipo en Canadá Y EE.UU

Este artefacto cumple con la parte 15 de las reglas de la FCC al igual que ICESS-003 de la Industry Canada. El funcionamiento se sujeta a las siguientes dos condiciones: (1) Este dispositivo no debe de causar interferencia perjudicial y (2) este aparato debe aceptar cualquier interferencia recibida, incluyendo interferencia que podría causar operación no deseada. Cambios o modificaciones no aprobadas expresamente por el fabricante podrían anular la autorización del usuario para operar este aparato.

INFORMACIÓN DE SALUD Y SEGURIDAD DE LA Wii BALANCE BOARD

Sigue las siguientes indicaciones al jugar para prevenir lesiones y/o prevenir daño a la Wii Balance Board o a los objetos circundantes:

- Pon atención a tu equilibrio para que no te resbales ni te caigas de la Wii Balance Board. Evita moverte más de lo necesario para jugar.
- No te pongas zapatos o calcetines al usar la Wii Balance Board. Jugar con pies descalzos reduce el riesgo de resbalarse o caerse. Si tus pies comienzan a sudar al jugar, detente y sécate los pies y la Wii Balance Board antes de continuar.
- Solo una persona debe utilizar la Wii Balance Board a la vez.
- Asegúrate de que haya espacio suficiente entre tú y otros objetos o personas durante el juego. Nintendo recomienda por lo menos 3 pies (1 metro).
- Evita pisar o pararte en las esquinas de la Wii Balance Board.
- Coloca siempre la Wii Balance Board en una superficie plana, horizontal y estable. No la utilices en superficies resbalosas. Si la usas sobre alfombras gruesas, utiliza los elevadores de la Wii Balance Board que vienen incluidos con este accesorio.
- No utilices la Wii Balance Board si estás bajo la influencia del alcohol o cualquier otra sustancia que pueda afectar tu sentido de equilibrio o percepción y que cause que te resbales o te caigas.

PRECAUCIONES IMPORTANTES AL SER USADO POR NIÑOS:
Un adulto tendrá que explicar toda la Información sobre Salud y Seguridad y las normas de uso e instrucciones a todo menor que desee usar la Wii Balance Board. No hacerlo puede resultar en lesiones o daños al sistema o propiedad. Observa a los niños mientras juegan para asegurar que la Wii Balance Board se esté utilizando segura y apropiadamente.

Un adulto debe asistir a los menores cuando jueguen por primera vez para asegurarse de que entienden la manera correcta de usar este accesorio.

⚠ADVERTENCIA - Lesiones como resultado de condiciones preexistentes

El uso del Fit Meter puede requerir cierto nivel de esfuerzo físico. Consulta con un médico antes de utilizar este producto si:

- estás embarazada o crees que podrías estarlo;
- si tienes problemas cardiacos o respiratorios, problemas de espalda, articulaciones u otras condiciones ortopédicas;
- si tienes hipertensión arterial;
- si tienes dificultad al realizar ejercicios físicos; o
- si se te han restringido las actividades físicas.

Si sientes fatiga excesiva, falta de aire, presión en el pecho, mareo, molestia o dolor al usar el Fit Meter, DEJA DE USARLO INMEDIATAMENTE y consulta con un médico.